

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia atau menua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua, baik secara biologis maupun psikologis (Suhada, Puji Amelia, 2018). Semakin bertambahnya usia, maka dapat terjadi perubahan pada sistem neurologisnya yang dapat mengakibatkan penurunan pada jumlah neuron dan fungsi neurotransmitter, sehingga pada lansia sering mengeluh kesulitan untuk tidur dan terjadinya gangguan pada pola tidurnya. Masalah ini diakibatkan oleh perubahan usia dalam siklus tidur. Aktivitas tidur diatur oleh sistem pengaktif salah satunya yaitu pada sistem retikularis yang merupakan sistem pengatur seluruh tingkat kegiatan susunan saraf pusat termasuk pada pengaturan tidur, karena pengaturan ini dilakukan oleh mekanisme serebral secara bergantian untuk aktifitas dan menekan pusat otak agar dapat tidur dan bangun (Erlina, Y. 2016)

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2018, di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 132 juta jiwa. Menurut kemenkes tahun 2019, Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 29,9 juta jiwa

(9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%). Menurut Bada Pusat Statistik di Jawa Timur, di kabupaten magetan mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari (19,73%) pada tahun 2019, menjadi (20,31%) pada tahun 2020.

Angka kejadian gangguan tidur pada lansia cukup tinggi, berdasarkan data ditemukan bahwa di Indonesia pada usia 65 tahun terdapat 50% lansia mengalami gangguan tidur. Prevalensi gangguan tidur di Indonesia pada lansia tergolong tinggi yaitu sekitar 67%. Angka ini diperoleh dari populasi yang berusia diatas 65 tahun (Ariana, Putu Agus. 2020).

Gangguan tidur pada lanjut usia merupakan keadaan seseorang yang mengalami suatu perubahan dalam kuantitas dan kualitas pola istirahatnya, sehingga menyebabkan rasa tidak nyaman atau mengganggu gaya hidup yang diinginkan (Dewi, Putu Arsyta. 2013). Lansia yang mengalami gangguan pada pola tidurnya, terjadi dimana lansia mengalami proses penurunan atau kemunduran pada fisik, mental, dan sosial secara bertahap, serta terjadi perubahan pada system neurologinya sehingga mengakibatkan penurunan pada jumlah neuron dan fungsi neurotransmitter yang menyebabkan lansia menjadi kesulitan untuk tidur. (Yuli, 2016) dalam (Agustin, 2019). Perubahan Tidur yang terjadi pada lansia disebabkan karena memendeknya episode REM, terjadi penurunan pada tidur tahap NREM 3 dan 4, dan atau tidak mengalami tahap NREM 4 menyebabkan lansia mudah terbangun di malam hari karena tidak mendapat fase tidur yang dalam (Hardani,et.al 2019) dalam (Rahmi, Wulan Dari. 2019). Gangguan pola tidur dapat disebabkan oleh perubahan fisiologis yang terjadi pada proses penuaan. Riwayat tentang

masalah tidur, hygiene tidur, stres, penggunaan obat – obatan, catatan tidur, serta malam hari perlu di evaluasi pada lansia yang mengeluh gangguan tidur (Rudyana, 2018). Jika lansia kurang tidur akan mengakibatkan perasaan bingung, curiga, hilangnya produktivitas kerja, serta menurunkan imunitas. Kurang tidur dapat memperburuk penyakit yang mendasarinya, mengubah perilaku, suasana hati menjadi negative, dan dapat mengakibatkan kecelakaan (Rudyana, 2018)

Berdasarkan pengertian di atas, dalam hal ini solusi untuk mengatasi masalah gangguan pola tidur pada lansia yaitu dengan rangkaian kegiatan asuhan keperawatan seperti Teknik Menenangkan, Terapi Relaksasi, Manajemen Nutrisi, Dukungan Perawatan diri BAK atau BAB, Manajemen Lingkungan, Pengaturan posisi, diharapkan sangat membantu dalam pemenuhan kebutuhan tidur pada lansia (Fadilah, Harif. 2018).

1.2 Identifikasi Masalah

Bagaimanakah Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur di UPT Pelayanan Tresna Werdha (PSTW) Magetan ?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk melakukan Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengkaji masalah keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur.
2. Mendiagnosis dan mensintesis masalah keperawatan pada lansia dengan gangguan pola tidur.
3. Merencanakan tindakan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.
4. Melakukan tindakan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Melakukan penelitian, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur sehingga dapat bermanfaat bagi pengembangan praktik keperawatan dimasa yang akan datang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien

Mendapatkan asuhan keperawatan dengan efektif, efisien dan sesuai dengan standar yang ada yang diharapkan dapat memberikan informasi serta membantu menangani lansia yang mengalami gangguan pola tidur.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tambahan serta referensi terhadap intervensi keperawatan sehingga peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan memperbaiki yang sudah ada sehingga menjadi lebih baik dan efisien.

